



長太公民館だより

令和7年3月5日
鈴鹿市北長太町289
TEL 385-3927
FAX 385-3927
《特別号》

令和7年度 公民館サークル生募集

新年度のサークル生を下記の要領で募集します。趣味の活動や仲間づくりなど楽しく生涯学習に参加しませんか。裏面のサークル一覧をご確認のうえ、お申込みください。

【申込期間】令和7年3月3日（月）～ 3月17日（月）

平日 9時～17時

【申込方法】下記申込書にご記入のうえ、窓口まで申し込みください。

【受講料】回数とサークル生徒数によって異なります。（材料費・用具は実費負担となります。）

【サークル協力金】 お一人様1サークルにつき300円/年

◎協力金は開講日に、各サークルでまとめて徴収します。

*開講日は個々に連絡いたしませんので、開始日を公民館だよりにてご確認の上ご参加ください。

*定員を超えた場合は、新規（長太地区にお住まいの方）を優先とし、抽選をいたします。

*定員が5人に満たない場合は、サークルを開講いたしません。

*ご不明な点のある方は、長太公民館【☎385-3927】まで、お気軽にお尋ねください。

き り と り

サークル受講申込書

サークル名	
名前	年齢
住所	電話番号

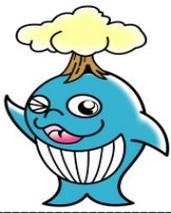
サークル名	
名前	年齢
住所	電話番号

※ご記入頂いた個人情報は、サークル活動を目的とし適正に取り扱いをいたします。

令和7年度長太公民館サークル生募集一覧

曜日	サークル名	学習日	時間	開始日	備考
月	※ 剣 舞	毎 週	19:30~21:00	4月21日	漢詩による剣舞と歴史の探求。
	ウクレレ	第 1・3	13:30~16:00	4月21日	楽しく演奏しましょう。
	合 唱 会	第 1・3	13:30~15:30	5月19日	季節に合わせた歌、昔の歌をみんなと一緒に歌いましょう！
	イスにすわって らくらく3B体操	第 2・4	10:00~11:00	4月28日	「ボール・ベル・ベルター」を使って音楽に合わせて体操します。
	ｽｯ-ツｲﾙ初吹矢	第 2・4	13:30~15:30	4月28日	吹矢を通じて“皆で楽しく健康に！”
火	空 手 道	毎 週	19:00~21:00	4月15日	糸東流。試験及び試合の練習、全国、世界、オリンピックを目指します。
	ヨ ガ A	第 1・3	9:30~10:30	4月15日	健康増進のための体操。
	ヨ ガ B	第 1・3	10:45~11:45	4月15日	日常生活における疲れ、ゆがみを改善する。
	ストレッチ体操	第 1・3	14:00~15:30	4月15日	音楽に合わせて身体を伸ばしましょう～
	レザークラフト	第 2	9:00~12:00	4月22日	革細工で世界に一つだけの作品を作りましょう！
	着 付 け	第 2・4	9:30~11:30	5月13日	自分の持っている着物・帯・小物を素敵に着こなしましょう。
	ﾊｯﾌﾟｰｸ&ﾘﾌｫｰﾑ	第 2・4	13:30~15:30	4月22日	ﾊｯﾌﾟｰｸ、古着のﾘﾌｫｰﾑなど楽しみましょう
水	韓国語안녕	第 1・3	9:15~10:15	4月16日	楽しく韓国語を学びましょう。
	健康のど体操	第 1・3	10:00~11:30	4月16日	YUBA メソッドを用いた発声練習で、声のアンチエイジング・誤嚥防止！楽しく歌って健康～
	華道（池坊）	第 3	13:30~14:30	4月16日	発表会にむけて色々ないけ方を学びます。
	(新) お家の 手打ちそば	第 4	9:30~12:00	4月23日	おいしく作りましょう。活動月は、4月5月7月8月10月11月です。
木	ヨ ガ C	第 2・4	9:30~11:00	4月24日	健康増進、体を整えます。
	※ 絵 手 紙	第 2	10:00~12:00	5月8日	同好会です。まずは、みんなで楽しくやりましょう。
金	箏	第 1	13:30~15:30	4月18日	演奏仲間、お待ちしております！
	お菓子の会	第 3	13:30~16:00	4月18日	一緒に季節のお菓子を作りましょう～
	伊勢型紙	第 2・4	9:30~11:30	4月25日	伊勢型紙の向上。
	民 謡	第 2・4	13:30~15:30	4月25日	楽しく色々な民謡に親しみましょう。
	筋力アップ体操	第 2・4	14:00~15:00	4月25日	男性限定です。筋力アップを目指した体操をします。年齢は問いません。どなたでも参加できます。
	健美体操3B	第 2・4	19:30~21:00	4月25日	健康で美しくを目指します。
土	※ 囲 碁	毎 週	9:00~12:00	4月19日	気ままに楽しく対局しましょう！
	おっさんず ヨガ	第 2・4	13:00~14:30	4月26日	男性限定のヨガサークルです。初心者でも、体が硬くても大丈夫！男性にもできるヨガで、カッコいいおっさんになろう！

※ 同好会 ・ (新) 新規サークル



長太公民館だより

令和7年3月20号
鈴鹿市北長太町289
TEL 385-3927
FAX 385-3927
◀ 第378号 ▶

脳トレ麻雀サークル 体験教室

初心者大歓迎。男性、女性、年齢も問いません。興味のある方は、体験会にお越しください。毎月第1・3土曜日13:30から公民館ホールにて、サークル活動を始めます！

日時：4月12日（土） 13:30～16:00

定員：12名 参加費：無料

持ち物：水分補給の飲み物、筆記用具



お家で眠っている卓、こたつがありましたら、公民館までお知らせください。

一身田寺内町ノルディックウォーキング

電車に乗って一身田まで～ 一身田寺内町をボランティアガイドの方と一緒に散策します。歴史ある風景や昭和の雰囲気が残る街並みを身近に感じてみませんか。

日時：5月13日（火）9:00～13:00頃

予備日5月16日（金）

定員：12名

参加費・交通費：無料（昼食代は個人負担）

持ち物：タオル、帽子、リュック、飲料水、運動のできる服装、履きなれた靴

※レンタルポール有 申し込み時にお伝えください。

※詳細は後日お知らせします。

☆ 申込み〆切日は、脳トレ麻雀【4月4日（金）】・ノルディックウォーキング【5月2日（金）】までに、長太公民館へお申し込みください。

応募多数の場合は地区内、市内の順で優先とし抽選いたします。

☆お電話でも受け付けいたします。（平日9:00～16:00）

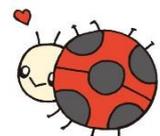
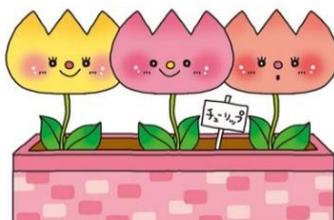
【☎385-3927】



令和6年度 長太公民館サークル一覧表

		サークル名	活動日	時間
1	月	※剣舞	毎週	19:00~21:00
2		ウクレレ	1・3	13:30~15:00
3		合唱会ふくぶくろ	1・3	13:30~15:30
4		イスにすわって らくらく3B体操	2・4	10:00~11:00
5		スポーツウエルネス吹矢	2・4	13:30~15:30
6	火	空手	毎週	19:00~21:00
7		ヨガA	1・3	9:30~10:30
8		ヨガB	1・3	10:45~11:45
9		ストレッチ体操	1・3	14:00~15:30
10		レザークラフト	2	9:00~12:00
11		着付け	2・4	9:30~11:30
12	パッチワーク	2・4	13:30~15:30	
13	水	韓国語안녕(アニヨソ)	1・3	9:15~10:15
14		健康のど体操	1・3	10:00~11:30
15		華道(池坊)	3	13:30~15:30
16	木	民舞踊	毎週	19:30~21:30
17		※絵手紙	2	10:00~12:00
18		ヨガC	2・4	9:30~11:00
19	金	箏	1	13:30~15:30
20		伊勢型紙	2・4	9:30~11:30
21		民謡	2・4	13:30~16:00
22		(新)筋力アップ体操	2・4	14:00~15:30
23		健美体操3B	2・4	19:30~21:00
24		お菓子の会	3	13:30~16:00
25	土	※囲碁	毎週	9:00~12:00
26		(新)おっさんずヨガ	2・4	13:00~14:30

※同好会・(新)新規サークル



長太公民館 予定表

日	曜日	予 定
4月		
21	月	
22	火	
23	水	
24	木	
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	昭和の日
30	水	
5月		
1	木	
2	金	
3	土	憲法記念日
4	日	みどりの日
5	月	こどもの日
6	火	振替休日
7	水	
8	木	
9	金	
10	土	
11	日	
12	月	
13	火	ノルディックウォーキング 9:00～13:00頃
14	水	
15	木	
16	金	
17	土	貸館大掃除 9:00～
18	日	
19	月	
20	火	
21	水	ふれあいライブラリー 14:30～15:00
22	木	
23	金	
24	土	
25	日	
26	月	
27	火	
28	水	
29	木	
30	金	
31	土	